

「 「 「 「

「 「 ☆高速道路会社の取り組み

.....

◆◆◆レインボーブリッジ開通 30 周年を迎えて◆◆◆

(首都高速道路株式会社)

レインボーブリッジは東京港に架かる橋長 798m、中央径間 570m の吊橋である。上層には首都高速 11 号台場線、下層には新交通システム「ゆりかもめ」、一般道である臨港道路及び遊歩道が通っており、東京都心と臨海副都心をつなぐ重要な複合交通施設となっている。その形状や照明について入念な景観検討がなされたレインボーブリッジは、夜間には景観照明によって美しくライトアップされ、東京のシンボルの一つとしても親しまれている。開通は 1993 年 8 月 26 日で、今年 8 月には開通 30 周年を迎えた。首都高速道路株式会社はこれを記念し、お客さまへ日頃の感謝を伝えるとともに、30 年を共に歩んできた臨海副都心地区の賑わい創出に寄与すべく、様々なイベントを行った。本稿は、レインボーブリッジの概要や建設当時の施工概要、これまでの維持管理、今回の開通 30 周年記念イベントの取り組みについて紹介するもの

「 「 「 「

「 「 ☆道路法令 Q&A

.....

◆◆◆国土交通大臣の権限の委任について◆◆◆

(国土交通省 道路局 路政課)

国土交通大臣の権限の委任について解説する。

「 「 「 「

「 「 ☆TOPICS ○○○。.. ○○○。

.....

◆◆◆道路情報を公開する「みち情報ネットふくい」の機能拡充について◆◆◆

(福井県 土木部 道路保全課)

「みち情報ネットふくい」は、平成 26 年度に「道路情報ネットふくい」として、道路カメラ画像、冠水情報、積雪情報をインターネットで公開したことからスタートし、平成 30 年度には新たに、通行規制情報や排雪場所の情報を公開し、通年で利用できる現在の「みち

情報ネットふくい」にリニューアルした。その後も、国やネクスコ、市町、近隣県や気象台等との連携により順次改良を進めており、その内容について紹介する。



☆☆ ☆地域における道路行政に関する取組み事例



★中部高規格道路管理センターの取組み★・*:.。

(国土交通省 中部地方整備局 道路部 高規格道路管理センター)

中部地方整備局管内では、高規格幹線道路等の整備が進み、E1 東名高速道路や E19 中央自動車道など高速道路とのネットワーク化が進展している。従来の道路情報管理業務は、管理担当事務所において管轄する路線・区間を対象に個別に対応してきたところである。高規格幹線道路等は延長比率が道路全体の 0.7%と小さいものの、多くの交通量（特に大型貨物車）を分担しており、道路情報管理業務の重要性が増している。このことから、24 時間対応することを目的に全国の各地方整備局内道路部に高規格道路管理センターが設置され、中部地方整備局にも平成 25 年に設置された。

本稿は、今後の道路維持管理の参考となることを期待したものである。



★神奈川県自動車専用道路網について★°・*:.。

(神奈川県 県土整備局 道路部 道路企画課)

神奈川県は、交通の大動脈である東名が県土を東西に貫き、新東名や圏央道も順次開通するなど、自動車専用道路網の整備が着実に進められ、それに伴い、企業活動の活性化や観光振興などの経済活動の活性化が図られてきました。

本稿では、こうした自動車専用道路網の整備状況や、それに伴うストック効果などについて紹介します。



★神奈川と静岡の未来をひらく伊豆湘南道路★°・

(神奈川県 小田原市 建設部 建設政策課)

神奈川県西部地域と静岡県東部地域の圏域は、山・川・海に囲まれた、恵まれた自然環境のもと、多くの観光客が訪れる日本有数の観光資源が集積しています。一方で、観光地へ向かう車両等による慢性的な渋滞や、自然災害によりたびたび通行止め等が発生するなど、両県を結ぶ道路環境は大変脆弱であり、観光振興や市民生活に支障が生じています。本稿では、

これらの課題解決のための取組である「伊豆湘南道路」構想についてご紹介します。



☆☆ ☆編集後記



早寝早起きの習慣が身についてしまい、秋の夜長を楽しむことができません。そこで、昼間の時間を楽しもうと、植物とも動物ともつかない奇妙な二足歩行の生き物と散歩をするゲームを始めてみました。

日々の生活では、いろいろな場面で緊張することや、ストレスを感じる出来事に遭遇します。適度な緊張やストレスは、達成感や充実感に深みを与えてくれるスパイスのような存在だと捉えています。度を超してしまうと、とめどなく不安が押し寄せてきたり、やる気を喪失してしまう毒薬となってしまうこともあります。そんな時は、歩くことが一番の良薬となるそうです。リズムカルで軽い動作は、幸せホルモンと呼ばれる“セロトニン”の増加を促し、精神面を安定させてくれる作用があります。

また、健康な人ほど、よく歩いていると言われています。その昔、クルマや電車がなかった時代は、歩くことは当たり前でしたが、交通機関の発展によって、その機会が失われることにもなりました。結果として、さまざまな生活習慣病に悩む人が増えたといわれていますが、そのほとんどは、歩くことで快方に向かうことが多いようです。例えば以下のような効果が期待できます。

- ・ 日中に活動的に動くことで、よく眠れるようになります。
- ・ 自律神経のバランスが整い、腸の働きが良くなります。
- ・ 血管の老化の原因となる食後の血糖値の乱高下を予防できます。
- ・ 足腰に筋力がつくことで、血液循環が良くなり、血圧が下がります。
- ・ 老化の進行が抑えられるとともに、免疫力を高めるホルモンが分泌されます。
- ・ 不良姿勢が解消され、肩凝りや腰痛が改善します。
- ・ 血流量が増えて、認知症のリスクが下がります。

コストがかからないのに、身体に嬉しいこと尽くしです。過ごしやすい気候となったこともあり、早朝に歩いている方がたくさんいます。たしかに、姿勢よく、テンポよく、気持ちよさそうに歩いており、とても快活で健康そうです。

切りよく、1日10,000歩を目安に歩いている方も多いと思いますが、着地の衝撃によっ

て、足裏の血管の中で赤血球が壊れてしまうことがあります。赤血球の寿命は通常 120 日程度で、骨髄で新しく作られることにより常に一定に保たれます。しかし、壊れてしまう赤血球の数が新しく作られる数を上回ってしまうと、血液中の赤血球が少なくなり、貧血となります。このことから、1 日 8,000 歩が良いとされる研究報告や、歩きすぎた時などは、鉄分の補給を心がけると良いそうです。これから寒くなる季節ではありますが、ランニングのほか、植物とも動物ともつかない奇妙な二足歩行の生き物との散歩も楽しみながら、心と身体の健康を維持していけたら嬉しいです。(U)